

## A Conceptual Model of Psychological Resilience Based on Qur'anic Verses and Narrations

**Mohammad Sadeq Shojaei**

Assistant Professor, Department of Ethics and Education, Al-Mustafa International Research Institute, Qom, Iran.  
Email: msshajae49@gmail.com

**Raziyeh Sadat Seyyed Khorasani**

Faculty, Department of Islamic Studies, Farhangian University, Tehran, Iran. (Corresponding Author), Email: r.seyyedkhorasani@cfu.ac.ir

Received : 2022-11-27

Revised : 2023-01-18

Accepted : 2023-02-26

Published: 2023-04-04

**Citation:**

Shojaei, M.S. & Seyyed Khorasani, R.S. (2023). A Conceptual Model of Psychological Resilience Based on Qur'anic Verses and Narrations. *Quran and Psychology*, 2(1), p. 243-262

### Abstract

The aim of the present study is to develop a conceptual model of psychological resilience as a mechanism of resistance and positive adaptation in the face of difficult circumstances and adverse life events. Psychologists regard resilience as a dynamic process that enables individuals, through the use of their personal capacities and skills, not only to avoid failure when confronted with pressures, traumas, and stressful stimuli, but also to achieve personal growth and empowerment. In this regard, the present research was designed to formulate a conceptual model of psychological resilience within Qur'anic verses and narrations, thereby providing a theoretical and practical foundation, grounded in Islamic sources, for promoting resilience within the domain of positive psychology. The study employed qualitative content analysis of religious texts, a method specifically suited for extracting, comprehending, and interpreting psychological teachings from Islamic sources such as the Holy Qur'an and hadith collections. This method allows the researcher, through a systematic and in-depth examination of the texts, to identify and explain themes related to resilience. The analysis was carried out in five consecutive stages: first, systematic observation and purposeful selection of authoritative sources; second, immersion in the content through repeated and careful reading of the texts to gain a profound semantic understanding; third, structuring the findings and extracting key concepts in the form of psychological propositions; fourth, validating the findings by consulting experts in the fields of religious studies and psychology and comparing them with theoretical foundations; and finally, revising and presenting the final report to establish a reliable conceptual model. This qualitative approach clarifies, with greater precision, the relationship between religious teachings and constructs of positive psychology such as resilience. In the first step, concepts and propositions related to resilience were extracted from verses and narrations, then analyzed using principles of text preprocessing such as synonymy, polysemy, and semantic domains. Accordingly, nine main components of resilience were identified: religious commitment, acceptance, duty-oriented attitude, goal orientation, strength of will, endurance against hardships, high adaptive capacity, robustness, and emotional regulation. Subsequently, the components were categorized according to functional similarity. To ensure the validity of the research, the views of ten experts in religious sciences and psychology were obtained, and the Content Validity Ratio (CVR) and the Content Validity Index (CVI) were calculated, yielding values above 0.62 and 0.79, respectively. Based on the findings, psychological



resilience consists of four fundamental dimensions: conscientiousness, persistence, flexibility, and personal growth. These dimensions represent various aspects of an individual's capacity to confront life's problems and challenges and can serve as valid indicators for measuring resilience. Identifying these dimensions is not only important for a deeper understanding of the construct of resilience but also provides an applied basis for the development of assessment instruments such as standardized questionnaires. Furthermore, the results can serve as the foundation for designing psychological interventions and targeted educational programs aimed at strengthening resilience capacities and enhancing individuals' quality of life, particularly in the domains of education and training. Thus, the present study constitutes an effective step toward integrating theoretical foundations with practical applications in positive psychology and human resource education.

**Keywords:** Conceptual Model, Psychological Resilience, Content Validity, Qualitative Analysis, Religious Sources.

## قرآن و روان‌شناسی

## مدل مفهومی تاب‌آوری روان‌شناختی براساس آیات و روایات

محمدصادق شجاعی

استادیار، گروه اخلاق و تربیت، پژوهشگاه بین‌المللی المصطفی، قم، ایران. msshojaee49@gmail.com

راضیه سادات سیدخراسانی

هیئت علمی، گروه آموزش معارف اسلامی، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران. (نویسنده مسئول)، r.seyyedkhorasani@cfu.ac.ir

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۹/۰۶	استناد: شجاعی، محمدصادق؛ سیدخراسانی، راضیه سادات (۱۴۰۲). مدل مفهومی تاب‌آوری روان‌شناختی براساس آیات و روایات. قرآن و روان‌شناسی، ۱۲(۱)، صص ۲۴۳-۲۶۲
تاریخ بازنگری: ۱۴۰۱/۱۰/۲۸	
تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۱۲/۰۷	
تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۰۱/۱۵	

## چکیده

هدف پژوهش حاضر دستیابی به مدل مفهومی تاب‌آوری روان‌شناختی به‌عنوان سازوکار مقاومت و انطباق مثبت افراد در شرایط دشوار و رویدادهای ناگوار زندگی است. از نظر روان‌شناسان، تاب‌آوری فرآیندی پویاست که به افراد امکان می‌دهد با استفاده از توانمندی‌ها و مهارت‌های شخصی خود، در مواجهه با فشارها، آسیب‌ها و محرک‌های تنش‌زا، نه تنها دچار شکست نشوند، بلکه به رشد و تقویت فردی نیز دست یابند. در همین راستا، این پژوهش با هدف دستیابی به مدل مفهومی تاب‌آوری روان‌شناختی در آیات و روایات طراحی شده است، تا مبنایی نظری و کاربردی براساس منابع اسلامی، برای ارتقای تاب‌آوری در حوزه روان‌شناسی مثبت‌گرا فراهم آورد. در این پژوهش از روش تحلیل کیفی محتوای متون دینی بهره گرفته شد؛ روشی که به‌طور خاص برای استخراج، فهم و استنباط آموزه‌های روان‌شناختی از منابع اسلامی نظیر قرآن کریم و متون روایی کاربرد دارد. این روش به پژوهشگر امکان می‌دهد تا با بررسی عمیق و نظام‌مند متون، مضامین مرتبط با تاب‌آوری را شناسایی و تبیین نماید. فرایند تحلیل در پنج مرحله متوالی انجام گرفت: نخست، مشاهده نظام‌مند و انتخاب هدفمند منابع معتبر؛ دوم، غرقه شدن در محتوا از طریق مطالعه مکرر و دقیق متون به‌منظور درک عمیق معنایی؛ سوم، صورت‌بندی یافته‌ها و استخراج مفاهیم کلیدی در قالب گزاره‌های روان‌شناختی؛ چهارم، اعتبارسنجی یافته‌ها با اتکاء به نظر متخصصان حوزه‌های دینی و روان‌شناسی و مقایسه با مبانی نظری؛ و در نهایت، بازنگری و ارائه گزارش نهایی با هدف دستیابی به مدلی مفهومی و قابل اتکاء. این رویکرد کیفی امکان می‌دهد تا ارتباط میان آموزه‌های دینی و سازه‌های روان‌شناسی مثبت‌گرا، از جمله تاب‌آوری، با دقت بیشتری روشن شود. در گام نخست، مفاهیم و گزاره‌های مرتبط با تاب‌آوری از آیات و روایات استخراج شد، سپس با به‌کارگیری اصول پیش‌پردازش متن همچون هم‌معنایی، چندمعنایی و حوزه‌های معنایی مورد تحلیل قرار گرفت. بر این اساس، ۹ مؤلفه اصلی تاب‌آوری شامل تعهد مذهبی، پذیرش، نگرش تکلیف‌مدارانه، جهت‌گیری هدف، قوت اراده، پایداری در برابر دشواری‌ها، ظرفیت بالای سازگاری، صلابت و کنترل هیجانی شناسایی شد. در ادامه، مؤلفه‌ها بر پایه شباهت کارکردی دسته‌بندی شدند. برای اطمینان از اعتبار پژوهش، نظر ۱۰ تن از متخصصان علوم دینی و روان‌شناسی دریافت شد و نسبت روایی محتوا (CVR) و شاخص روایی محتوا (CVI) محاسبه شد که به ترتیب بالاتر از ۰.۶۲ و ۰.۷۹ به دست آمد. براساس یافته‌های این پژوهش، تاب‌آوری روان‌شناختی متشکل از چهار بُعد اساسی وظیفه‌شناسی، پایداری، انعطاف‌پذیری و رشد

شخصی است. این ابعاد نمایانگر جنبه‌های گوناگون توانایی فرد در مواجهه با مشکلات و چالش‌های زندگی بوده و می‌تواند به‌عنوان شاخص‌هایی معتبر برای سنجش میزان تاب‌آوری افراد مورد استفاده قرار گیرند. شناسایی این ابعاد نه تنها در فهم عمیق‌تر سازه تاب‌آوری اهمیت دارد، بلکه زمینه‌های کاربردی برای توسعه ابزارهای سنجش از جمله پرسشنامه‌های استاندارد فراهم می‌سازد. افزون‌بر این، نتایج به‌دست آمده می‌تواند مبنای طراحی مداخلات روان‌شناختی و بسته‌های آموزشی هدفمند قرار گیرد که هدف آن تقویت ظرفیت‌های تاب‌آوری و ارتقای کیفیت زندگی افراد در حوزه‌های مختلف به‌ویژه آموزش و تربیت است. بدین ترتیب، پژوهش حاضر گامی مؤثر در جهت تلفیق مبانی نظری با کاربردهای عملی در روان‌شناسی مثبت‌گرا و آموزش نیروی انسانی به‌شمار می‌آید.

**کلیدواژه‌ها:** الگوی مفهومی، تاب‌آوری روان‌شناختی، روایی محتوایی، تحلیل کیفی، منابع دینی.

## مقدمه

روانشناسان برای نشان دادن سطح مقاومت افراد در برابر شرایط سخت و ناگوار زندگی، مفهوم تاب‌آوری<sup>۱</sup> را به‌کار برده‌اند. تاب‌آوری، فرآیند پویای انطباق مثبت با تجربه‌های تلخ و ناگوار است (لاتار و سیجیتی<sup>۲</sup>، ۲۰۰۰؛ مستن<sup>۳</sup>، ۲۰۰۱)؛ که در جهت مواجهه کارآمد با مشکلات و موانع زندگی عمل می‌کند. نیومن<sup>۴</sup> (۲۰۰۵) تاب‌آوری را به توانایی فرد برای سازگاری در برابر ضربه‌ها، مصیبت‌ها، درد و رنج‌های ناشی از رویدادهای ناگوار و محرک‌های تنش‌زای زندگی تعریف کرده است. پیشینه مفهوم تاب‌آوری به سال ۱۸۰۰ و بررسی این موضوع برمی‌گردد که متخصصان، کودکان را به دو دسته آسیب‌پذیر<sup>۵</sup> و آسیب‌ناپذیر<sup>۶</sup> در برابر بیماری تقسیم کرده بودند. به مرور زمان، واژه تاب‌آوری در همه حیطه‌ها به‌کار رفت و جایگزین واژه آسیب‌ناپذیر شد (چمی و همکاران، ۱۳۹۸، ص ۱۲۵). اخیراً مفهوم تاب‌آوری در روانشناسی مثبت‌گرا مطرح شده است (لوتر<sup>۷</sup> و همکاران، ۲۰۱۴؛ پرینزینگ<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). تاب‌آوری از نظر روانشناسان، سازوکار مناسبی است که افراد در مواجهه با مشکلات از خود نشان می‌دهند. افراد تاب‌آور آرام‌اند و می‌توانند از نقاط قوت و مهارت‌های خود برای مقابله با چالش‌ها استفاده کنند. این افراد به‌جای ناامیدی یا دور کردن خود از مشکلات، با مشکلات زندگی روبه‌رو می‌شوند. این بدان معنا نیست که آنها نسبت به سایر افراد ناراحتی، اندوه یا اضطراب کمتری را تجربه می‌کنند؛ بلکه بدان معنا است که آنها از

1. Resilience
2. Luthar & Cicchetti
3. Masten
4. Newman
5. Vulnerability
6. Invulnerability
7. Luthar
8. Prinzing

مهارت‌ها و توانایی‌های ذاتی خود برای مقابله با چنین مشکلاتی به گونه‌ای استفاده می‌کنند که باعث تقویت و رشد آنها می‌شود و افراد مقابل آنان نیز از مواجهه با آنان آسیب نمی‌بینند و تعامل مطلوبی بینشان برقرار می‌شود. افراد تاب‌آور در بسیاری از موارد، از این مشکلات درس می‌گیرند و قوی‌تر از قبل می‌شوند. در مقابل، کسانی که فاقد تاب‌آوری هستند، ممکن است از چنین تجربیاتی، تأثیر منفی بگیرند و شرایط را برای خود و طرف مقابل سخت و غیرقابل تحمل کنند. این افراد ممکن است بر مشکلات متمرکز شوند و از سازوکارهای اشتباه برای مقابله با چالش‌های زندگی استفاده کنند. تاب‌آوری، موجب ارتقاء بینش و رهایی از احساسات منفی می‌شود، به افراد قدرت غلبه بر مشکلات می‌دهد و باعث ادامه‌ی زندگی می‌شود. تاب‌آوری ویژگی مثبتی است که وجود آن برای همه‌ی افراد، مطلوب است.

پژوهش‌های زیادی در ارتباط با تاب‌آوری انجام شده است. برخی پژوهشگران نقش تاب‌آوری را در پیشگیری از اختلالات روانی به‌ویژه اضطراب و افسردگی بررسی کرده‌اند (ویلسون و درودک<sup>۱</sup>، ۲۰۰۴). تحقیقات نشان داده است افراد تاب‌آور، آرام‌اند و می‌توانند از نقاط قوت و مهارت‌های خود برای مقابله با چالش‌ها استفاده کنند. این افراد به‌جای ناامیدی یا دورکردن خود از مشکلات، با مشکلات زندگی روبه‌رو می‌شوند و در بسیاری از مواقع، از چالش‌های زندگی درس می‌گیرند و بهتر و قوی‌تر از پیش عمل می‌کنند. براساس پژوهش‌های صورت گرفته، بین تاب‌آوری و مشکلات روان‌شناختی رابطه‌ی معنادار منفی برقرار است و با ارتقای تاب‌آوری می‌توان مقاومت فرد را در برابر عواملی که موجب پدیدآمدن مشکلات روان‌شناختی می‌شوند، افزایش داد (کونور و ژانگ<sup>۲</sup>، ۲۰۰۶؛ آگایی و ویلسون<sup>۳</sup>، ۲۰۰۵). روابط بین فردی، یکی دیگر از مواردی است که به‌شدت از میزان تاب‌آوری فرد اثر می‌پذیرد (بونانو، ۲۰۰۴، ص ۶). فرد می‌تواند به‌رغم قرار گرفتن در معرض فشارهای شدید و عوامل خطر، عملکرد اجتماعی خود را بهبود ببخشد و بر مشکلات غلبه کند (حسینی قمی و سلیمی‌بجستانی، ۱۳۹۰)؛ از سوی دیگر، تاب‌آوری باعث ارتقای سلامت روانی افراد می‌شود (کرک پاتریک<sup>۴</sup>، ۱۹۹۴؛ میکولنسر، شور، هورش<sup>۵</sup>، ۲۰۰۷). برخی تحقیقات نشان داده است تاب‌آوری در فرآیند ارتباط با خدا به‌دست می‌آید (کرک پاتریک، ۱۹۹۴). براساس یافته‌ها، اطمینان به خداوند، ایمان به وعده‌های الهی و تعهد نسبت به مذهب، نقش به‌سزایی در افزایش تاب‌آوری دارد. در منابع اسلامی، مفاهیم و آموزه‌های زیادی وجود دارد که با مفهوم تاب‌آوری در ارتباط است. برای مثال، یکی از

- 
1. Wilson & Drozdek
  2. Connor & Zhang
  3. Agaibi & Wilson
  4. Kirkpatrick
  5. Mikulincer, Shaver & Horesh

مفاهیم مرتبط با تاب‌آوری، کلمه صبر است. اهل لغت در تعریف صبر می‌گویند: صبر مخالف جزع و به معنای خویش‌داری در هنگام سختی و تنگی است (فراهیدی، ۱۴۰۹ق، ج ۷، ص ۱۱۵؛ راغب اصفهانی، ۱۴۱۲ق، ص ۴۷۴). در روایتی، امام باقر(ع) می‌فرماید: هر کس در برابر ناملازمات صبر پیشه کند، با بردباری و شکیبائی خود، قدر و منزلت روزه‌دار شب‌زنده‌دار و شهید در رکاب رسول خدا(ص) را به دست می‌آورد (حرّعاملی، ۱۴۰۹ق، ج ۱۵، ص ۲۶۴). صبر به اندازه‌ای مهم است که در روایتی، از ایمان به جسد و از صبر به سر تشبیه شده است (کلینی، ۱۴۲۹ق، ج ۳، ص ۲۳۰). در روایتی دیگر از امام علی(ع)، از صبر به عنوان یکی از چهار ستون ایمان یاد شده است (سید رضی، ۱۴۱۴ق، ص ۴۷۳).

یکی دیگر از مفاهیم مرتبط با تاب‌آوری، واژه عزت است. عزت در لغت عبارت است از: غلبه، نیرومندی، قدرت و نفوذناپذیری (ازهری، ۱۴۲۱ق، ج ۱، ص ۶۴؛ ابن فارس، ۱۴۰۴ق، ج ۴، ص ۳۸). در روایات، عزت یکی از ویژگی‌های مؤمنان شمرده شده است. امام صادق(ع) می‌فرماید: خداوند اختیار همه کارها را به مؤمنان داده، اما این اختیار را به او نداده است که ذلیل باشد؛ مگر نشینده‌ای که خداوند متعال می‌فرماید: «عزت از آن خدا، رسولش و مؤمنان است» (منافقون، ۸)؛ پس، مؤمن عزیز است و ذلیل نیست. حضرت در ادامه فرمودند: مؤمن از کوه محکم‌تر است؛ زیرا با ضربات تیشه از کوه کم می‌شود، اما به هیچ وسیله‌ای نمی‌توان از دین مؤمن کاست (کلینی، ۱۴۲۹ق، ج ۹، ص ۵۰۳). با وجود اینکه مفاهیم و آموزه‌های زیادی در منابع اسلامی با تاب‌آوری ارتباط دارد، پژوهشی در زمینه الگوی مفهومی تاب‌آوری روان‌شناختی براساس منابع اسلامی انجام نشده است. پژوهش‌های موجود، بیشتر به بررسی مفهومی این واژگان در قرآن کریم یا بررسی مفهومی آنها به صورت تطبیقی اختصاص دارد. معناشناسی صبر در قرآن (صالحی حاجی‌آبادی و هادی، ۱۳۹۷)؛ بررسی تطبیقی مفهوم عزت‌نفس از دیدگاه مولانا و روانشناسان انسان‌گرا (مردانی و شریفی اصفهانی، ۱۳۸۹) و مفهوم عزت‌نفس در مقایسه میان دیدگاه اسلام و دیدگاه روانشناسان بالینی (پوراسماعیل و خوش، ۱۳۹۸)، از آن جمله است. در این پژوهش تلاش می‌شود با مراجعه به قرآن و روایات و بررسی حوزه معنایی تاب‌آوری، مدل مفهومی آن تدوین و ارائه شود. بنابراین، سؤال اصلی پژوهش حاضر این است که مدل مفهومی تاب‌آوری روان‌شناختی براساس آیات و روایات چگونه است و به چه صورت قابل تبیین است؟

## روش

مطالعه حاضر، یک پژوهش کیفی است که با هدف مفهوم‌سازی تاب‌آوری روان‌شناختی در منابع اسلامی صورت گرفته است. در گام اول، انجام این کار مستلزم آگاهی داشتن از تعاریف تئوریک و برداشت

درست از مفهوم تاب‌آوری در روانشناسی است. به این منظور، ادبیات و پیشینه تاب‌آوری در روانشناسی مورد بررسی قرار گرفت. در مرحله بعد، با توجه به تعاریف و دیدگاه‌های نظری، مفاهیم و گزاره‌های مرتبط با تاب‌آوری روان‌شناختی از منابع اسلامی استخراج شد. جامعه متنی (اسنادی) پژوهش را قرآن کریم، نهج‌البلاغه، مصباح‌الشریعه، اصول کافی، وسایل‌الشیعه و بحارالانوار تشکیل می‌دهند. نمونه در پژوهش حاضر عبارت است از هر واژه، عبارت یا گزاره‌ای که در مفهوم‌شناسی تاب‌آوری روان‌شناختی کاربرد داشته باشد؛ بدین صورت که نمونه‌گیری به صورت هدفمند و براساس اصل اشباع<sup>۱</sup> در نظر گرفته شده است (گلیسر و همکاران<sup>۲</sup>، ۱۹۶۷). اشباع در پژوهش‌های کیفی به وضعیتی اشاره دارد که هیچ داده بیشتری نمی‌توان یافت که پژوهشگر بتواند به وسیله آن، ویژگی‌های مقوله را گسترش دهد. روش مورد استفاده در این پژوهش، تحلیل کیفی محتوای متون دینی (شجاعی، ۱۳۹۹) بود که برای فهم و استنباط آموزه‌های روان‌شناختی از منابع اسلامی کاربرد دارد. این روش از پنج مرحله (۱) مشاهده نظام‌مند، (۲) غرقه‌شدن در محتوا، (۳) صورت‌بندی یافته‌ها، (۴) اعتبارسنجی یافته‌ها و (۵) بازنگری و ارائه گزارش نهایی تشکیل یافته است. خلاصه مراحل یادشده در این پژوهش عبارتند از:

**مرحله اول، مشاهده نظام‌مند:** در این مرحله پس از جست‌وجوی واژگانی و گردآوری مفاهیم و گزاره‌های مرتبط در متون دینی، موارد مورد نظر، چندین بار مطالعه و به این صورت، دورنمایی از موضوع تحقیق به دست آمد. پس از آن، داده‌هایی که ارتباط کمتری با موضوع تحقیق داشتند یا تکراری بودند، از فرآیند تحلیل کنار گذاشته شدند (غربالگری<sup>۳</sup> اولیه). سپس، با طرح پرسش‌های پیش‌برنده به دقت معنای کلمات، ویژگی‌ها و ابعاد آنها در دو سطح واژه‌ای<sup>۴</sup> و گزاره‌ای<sup>۵</sup> مورد بررسی قرار گرفت. در این قسمت سعی شد که یک تعریف نهایی و جامع با استفاده از اصل تحلیل مؤلفه‌ای و هم‌ریخت‌بینی کل‌نگر در مورد گزاره‌های دینی ایجاد شود. نتیجه این گام، شکل‌گیری برداشت‌های اولیه از گزاره‌ها بود و پس از آن، پردازش شبکه‌ای صورت گرفت. هر مورد (گزاره یا مفهوم دینی) به یک سیستم شبکه‌ای گسترش داده شد و مفاهیم مرتبط با مفاهیم اولیه بررسی شدند.

**مرحله دوم، غرقه شدن در محتوا:** داده‌ها، صورت‌بندی شدند. ابتدا خصوصیات از داده‌ها که به نظر می‌رسید جنبه روان‌شناختی دارند، استخراج و در فرم داده‌ها ثبت شد (محتوای اساسی). پس از آن،

- 
1. Saturation
  2. Glaser
  3. Screening
  4. Vocabulary level
  5. Propositional level

داده‌های درون‌محتوای اساسی با استفاده از اصل هم‌ریخت‌بینی کل‌نگر و براساس تشابه کارکردی در چارچوب مؤلفه‌ها<sup>۱</sup> و عناصر<sup>۲</sup>، دسته‌بندی و نام‌گذاری شدند. یکی از فرآیندهای اساسی در این مرحله، غربالگری ثانویه بود؛ زیرا راه دستیابی به سازه‌ها با وجود اطلاعات بسیار زیاد، گزینش موارد ویژه‌ای است که ظرفیت توضیح، تولید، درک و فهم روان‌شناختی موضوع را دارند.

**مرحله سوم، صورت‌بندی یافته‌ها:** با اجرای این مرحله، زمینه کشف سازه‌ها<sup>۳</sup> تسهیل شد. منظور از سازه، یک الگوی مفهومی است که با ترکیب بخش‌هایی از اطلاعات توسط پژوهشگر ساخته می‌شود.

**مرحله چهارم، اعتبارسنجی:**<sup>۴</sup> برای اطمینان از مطابقت یافته‌ها با متون دینی و نیز کاربست آنها در زمینه روانشناسی، اعتبارسنجی یافته‌ها لازم است (شجاعی، ۱۳۹۹). بدین منظور، ابتدا به بررسی متقن بودن یافته‌ها پرداخته شد. متقن بودن در این روش به‌عنوان سنج‌های به‌جای روایی<sup>۵</sup> و پایایی<sup>۶</sup> در نظر گرفته شده است و به‌میزان صحت و درستی یافته‌ها و دقت در گردآوری و تحلیل داده‌ها اشاره دارد. متقن بودن با استفاده از ارزیابی نظرات متخصصان انجام شد. جامعه آماری برای اعتبارسنجی، متخصصان روانشناسی و علوم حوزوی با تحصیلات عالی (تحصیلات روانشناسی در سطح دکترا و تحصیلات حوزوی در سطح سه و چهار) بود. لین<sup>۷</sup> کم‌ترین تعداد متخصصان را سه نفر می‌داند و تعداد بیش از ده نفر را نیز ضروری نمی‌داند. به‌نظر وی، نمره شاخص روایی محتوا<sup>۸</sup> (CVI) برای تک‌تک مؤلفه‌ها نباید کمتر از ۰/۷۸ باشد؛ وگرنه مؤلفه مدنظر، روایی لازم برای آن مفهوم را ندارد و حذف می‌شود یا نیاز به بازنگری و روایی‌سنجی مجدد دارد (به نقل از: پولیت و بک<sup>۹</sup>، ۲۰۰۶). در گام نهایی، مفید بودن یافته‌ها بررسی شد. مفید بودن به میزان اهمیت و کاربردپذیری یافته‌ها در بافت روان‌شناختی (عملکرد حرفه‌ای) اشاره دارد که در این پژوهش با استفاده از شاخص روایی محتوا<sup>۱۰</sup> (CVR) محاسبه شد. از متخصصان درخواست شد، نظرات خود را درباره ضرورت هر مؤلفه برای سازه اعلام کنند. لاوشه<sup>۱۱</sup> (۱۹۷۵)، کمینه

1. Components
2. Elements
3. Construct
4. Validation
5. Validity
6. Reliability
7. Lynn
8. Content Validity Index
9. Polit & Beck
10. Content Validity Ratio (CVR)
11. Lawshe

مقدار میزان روایی محتوای قابل قبول برای ۱۰ کارشناس را ۰/۶۲ می‌داند. مؤلفه‌ها برحسب تشابه کارکردی طبقه‌بندی و برای اعتبارسنجی مدل نهایی، از نظر ۳ کارشناس استفاده شد.

**مرحله پنجم، بازنگری و ارائه گزارش نهایی:** در این مرحله، یافته‌های پژوهش با توجه به نکات و نظرات کارشناسان مورد بازبینی قرار گرفت و گزارش نهایی ارائه شد. در گزارش نهایی سعی شد ضمن بیان پاسخ پرسش‌های تحقیق، فرآیند تحقیق و روش تحلیل داده‌ها به گونه‌ای قابل فهم، ارائه شود.

### یافته‌ها

پژوهش حاضر با هدف کشف مؤلفه‌های تاب‌آوری روان‌شناختی و تدوین مدل مفهومی آن انجام شده است. با توجه به روش تحلیل مؤلفه‌های معنایی واژگان و استخراج تعریف تاب‌آوری در منابع روانشناسی، مفاهیمی مانند؛ الصبر، شرح‌الصدر، القوی، الابتلاء، الاحتمال، التسلیم، الحلم، الوقار، الاطمینان، العزّة و الايمان همسو با تاب‌آوری هستند و یافته‌های مربوط به جست‌وجوی واژگانی نشان داد که کلماتی مانند: الابتلاء، الاحتمال، الجزع، النوائب، المصائب، البأساء و الضراء در میدان معنایی مفهوم تاب‌آوری قرار می‌گیرد. در مرحله بعد، با روش معناشناسی واژگانی، تشکیل حوزه‌های معنایی و شبکه‌سازی این مفاهیم، واژه‌ها و گزاره‌های دیگری به دست آمد که بالغ بر حدود ۲۰۰ مورد بود. پس از غربالگری اولیه، طرح پرسش‌های پیش‌برنده و پردازش شبکه‌ای، صورت‌بندی داده‌ها انجام شد و در نهایت، با تحلیل و طبقه‌بندی محتواهای اساسی، ابتدا مؤلفه‌ها و در مرحله بعد، سازه تاب‌آوری کشف شد. مطالب مربوط به صورت‌بندی داده‌ها مشتمل بر محتواهای استنباط‌شده، مؤلفه‌ها و سازه تاب‌آوری در جدول شماره (۱) نشان داده شده است:

جدول ۱- گزاره‌ها، محتوای استنباط شده و مؤلفه‌ها

ردیف	گزاره‌ها	محتوای استنباط شده	مؤلفه‌ها	سازه
۱	امام باقر(ع): «فَأَمَّا الْمَطْبُوعُ، فَقَلْبُ الْمُنَافِقِ، وَأَمَّا الْأَزْهَرُ، فَقَلْبُ الْمُؤْمِنِ؛ إِنَّ أَعْطَاهُ شُكْرًا، وَإِنْ ابْتَلَاهُ صَبْرًا؛ وَأَمَّا الْمُنْكَوسُ، فَقَلْبُ الْمُشْرِكِ» (کلینی، ۱۴۲۹ق، ج ۴، ص ۲۱۰)	صبر نشانه ایمان به خداوند	تعهد مذهبی	تاب‌آوری
۲	امام علی(ع): «أَفْضَلُ الْعِبَادَةِ الْعَفَافُ» (کلینی، ۱۴۲۹ق، ج ۳، ص ۲۰۴)	لحاظ شدن خویشنداری و عفاف به‌عنوان مصداق عبادت		
۳	امام باقر(ع): «الْمُؤْمِنُ لَا يَمُضِي عَلَيْهِ أَرْبَعُونَ لَيْلَةً إِلَّا عَرَضَ لَهُ أَمْرٌ يَحْزَنُهُ بَدْرًا كَرِيهًا» (حرعاملی، ۱۴۰۹ق، ج ۳، ص ۲۶۲)	ابتلاء مؤمن با سختی و مشکلات در زندگی		

ردیف	گزاره‌ها	محتوای استنباط شده	مؤلفه‌ها	سازه
۴	امام صادق(ع): «الصَّبْرُ مِنَ الْإِيمَانِ بِمَنْزِلَةِ الرَّأْسِ مِنَ الْجَسَدِ، فَإِذَا ذَهَبَ الرَّأْسُ، ذَهَبَ الْجَسَدُ؛ كَذَلِكَ إِذَا ذَهَبَ الصَّبْرُ، ذَهَبَ الْإِيمَانُ» (کلینی، ۱۴۲۹ق، ج ۳، ص ۲۳۰)	ظهور آثار ایمان در گرو صبر		
۵	امام صادق(ع): «إِنَّمَا الْمُؤْمِنُ بِمَنْزِلَةِ كِفَّةِ الْمِيزَانِ كُلَّمَا زِيدَ فِي إِيْمَانِهِ زِيدَ فِي بَلَاءِهِ» (حرعاملی، ۱۴۰۹ق، ج ۳، ص ۲۶۴)	وجود رابطه مستقیم بین صبر و ایمان		
۶	امام صادق(ع): «وَالْحَزَنُ يُنْكِرُهُ كُلُّ أَحَدٍ وَهُوَ أَيْبَنُ عَلَيَّ الْمُنَافِقِينَ لِأَنَّ نَزُولَ الْمِحْنَةِ وَالْمُصِيبَةِ مُخْبِرٌ عَنِ الصَّادِقِ وَالْكَاذِبِ» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۶۸، ص ۹۰)	صبر مهر تأییدی بر صداقت مومن		
۷	شخصی از علی(ع) درباره اسلام سوال کرد. حضرت در پاسخ فرمودند: «فَإِنَّ اللَّهَ تَبَارَكَ وَتَعَالَى - شَرَعَ الْإِسْلَامَ، وَ سَهَّلَ شَرَائِعَهُ لِمَنْ وَرَدَهُ ... وَ نَجَاةً لِمَنْ صَدَّقَ ... وَ جَنَّةً لِمَنْ صَبَرَ» (کلینی، ۱۴۲۹ق، ج ۳، ص ۱۲۸)	میزان اسلام و تسلیم افراد به مقدار صبر آنان است و میزان صبر افراد به اندازه میزان اسلام و تسلیم آنها		
۸	امام علی(ع): «أَصْلُ الْعَفَافِ الْقَنَاعَةُ وَ ثَمَرَتَهَا قَلْبُ الْأَحْزَانِ» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۷۵، ص ۷)	خویشتنداری، پذیرش و اکتفا به موقعیت موجود		
۹	پیامبر اکرم(ص) آیه «أَفَمَنْ شَرَحَ اللَّهُ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ فَهُوَ عَلَى نُورٍ مِنْ رَبِّهِ» را تلاوت کرد و فرمود: «إِنَّ النُّورَ إِذَا وَقَعَ فِي الْقَلْبِ، انْفَتَحَ لَهُ وَ انْشَرَحَ» (قمی مشهدی، ۱۳۶۸، ج ۱۱، ص ۲۹۷)	نور شرح صدر وسیله پذیرش حقایق	پذیرش	
۱۰	تسلیم در برابر حق، نوری است که قلب آدمی را باز می‌کند (دلشاد تهرانی، ۱۳۸۳، ج ۳، ص ۱۶۶، به نقل از: زاد المعاد فی هدی خیر العباد، ج ۱، ص ۱۵۲-۱۵۳)	تسلیم در برابر حق، موجب پذیرا شدن قلب		
۱۱	امام علی(ع): «ثَلَاثٌ يَهِنُ بِهِنَّ يَكْمُلُ الْمُسْلِمُ التَّفَقُّهُ فِي الدِّينِ وَ التَّقْدِيرُ فِي الْمَعِيشَةِ وَ الصَّبْرُ عَلَى النَّوَائِبِ» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۱، ص ۲۱۰)	تکمیل شدن اسلام با صبر		
۱۲	امام باقر(ع): «الْعَبْدُ بَيْنَ ثَلَاثَةِ بَلَاءٍ وَ قَضَاءٍ وَ نِعْمَةٍ فَعَلَيْهِ فِي الْبَلَاءِ مِنَ اللَّهِ الصَّبْرُ فَرِيضَةٌ وَ عَلَيْهِ فِي الْقَضَاءِ مِنَ اللَّهِ التَّسْلِيمُ فَرِيضَةٌ وَ عَلَيْهِ فِي النِّعْمَةِ مِنَ اللَّهِ عَزَّ وَ جَلَّ الشُّكْرُ فَرِيضَةٌ» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۶۸، ص ۴۳)	ضروری (فریضه) دانستن صبر در هنگام سختی	نگرش تکلیف مدارانه	
۱۳	امام صادق(ع): «إِذَا أَرَدْتَ الْحَجَّ فَجَرِّدْ قَلْبَكَ لِلَّهِ عَزَّ وَ جَلَّ مِنْ قَبْلِ عَزْمِكَ مِنْ كُلِّ شَاغِلٍ ... وَ مَا يَجِبُ عَلَيْكَ مِنْ	ضرورت صبر در اعمال خاص		

ردیف	گزاره‌ها	محتوای استنباط شده	مؤلفه‌ها	سازه
	الأَدَبِ وَ الاحْتِمَالِ وَ الصَّبْرِ (منسوب به جعفر بن محمد، ۱۴۰۰ق، ص ۴۷)			
۱۴	امام علی(ع): «عَلَيْكَ بِالْعَفَافِ فَإِنَّهُ أَفْضَلُ شَيْمِ الْأَشْرَافِ» (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ق، ص ۴۴۵)	ضرورت خودکنترلی		
۱۵	امام صادق(ع): «وَ صَاحِبُ الْأَمْرِ بِالْمَعْرُوفِ يَحْتَاجُ أَنْ يَكُونَ عَالِمًا بِالْحَلَالِ وَالْحَرَامِ ... فَإِنْ خَالَفُوهُ وَ جَفَوْهُ صَبْرًا» (منسوب به جعفر بن محمد، ۱۴۰۰ق، ص ۱۹)	صبر، ضرورت و کمک‌کار آمر به معروف و ناهی از منکر		
۱۶	امام رضا(ع): «أَنْ فِي وَصَايَا الْأَنْبِيَاءِ صَلَوَاتُ اللَّهِ عَلَيْهِمْ أَصْبَرُوا عَلَى الْحَقِّ وَإِنْ كَانَ مَرًّا» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۶۸، ص ۹۰)	سفارش انبیاء به صبر نسبت به حق		
۱۷	امام صادق(ع): «أُصُولُ الْمُعَامَلَاتِ تَفَعُّ عَلَى أَرْبَعَةٍ أَوْجِهٍ مُعَامَلَةُ اللَّهِ وَ مُعَامَلَةُ النَّفْسِ وَ مُعَامَلَةُ الْخَلْقِ وَ مُعَامَلَةُ الدُّنْيَا وَ كُلُّ وَجْهٍ مِنْهَا مُنْقَسِمٌ عَلَى سَبْعَةٍ أَرْكَانٍ أَمَّا أُصُولُ مُعَامَلَةِ اللَّهِ تَعَالَى فَسَبْعَةُ أَشْيَاءٍ آدَاءُ حَقِّهِ وَ حِفْظُ حَدِّهِ وَ شُكْرُ عَطَائِهِ وَ الرِّضَا بِقَضَائِهِ وَ الصَّبْرُ عَلَى بَلَائِهِ وَ تَعْظِيمُ حُرْمَتِهِ وَ الشُّوقُ إِلَيْهِ» (منسوب به جعفر بن محمد، ۱۴۰۰ق، ص ۵)	پایداری بر سختی، بهای رسیدن به جوایز الهی		
۱۸	«إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ» (احقاف، ۱۳)	پایان خوش استقامت		
۱۹	امام صادق(ع): «قَالَ النَّبِيُّ نَحْنُ مَعَاشِرَ الْأَنْبِيَاءِ أَشَدُّ النَّاسِ بَلَاءً وَ الْمُؤْمِنُونَ الْأَمْثَلُ فَالْأَمْثَلُ وَ مَنْ ذَاقَ طَعْمَ الْبَلَاءِ تَحْتَ سِرِّ حِفْظِ اللَّهِ لَهُ تَلَذُّدٌ بِهِ أَكْثَرَ مِنْ تَلَذُّدِهِ بِالنَّعْمَةِ» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۶۴، ص ۲۳۱)	لذت‌بخش بودن صبر هدفمند	جهت‌گیری هدف	
۲۰	امام علی(ع): «مَا الْمُجَاهِدُ الشَّهِيدُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ بِأَعْظَمِ أَجْرٍ مِمَّنْ قَدَرَ فَعَفَ لَكَادَ الْعَفِيفُ أَنْ يَكُونَ مَلَكًا مِنَ الْمَلَائِكَةِ» (سید رضی، ۱۴۱۴ق، حکمت ۴۷۴، ص ۵۵۹)	فرجام نیکو برای خودکنترلی		
۲۱	امام رضا(ع): «أَنَّ الصَّبْرَ عَلَى الْبَلَاءِ حَسَنٌ جَمِيلٌ وَ أَفْضَلُ مِنْهُ عَنِ الْمَحَارِمِ» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۶۸، ص ۸۹)	صبر بر محرمات برای هدف معنوی، افضل از صبر بر بلا یا و حوادث		
۲۲	امام رضا(ع): «إِذَا كَانَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ نَادَى مُنَادِينَ الصَّابِرُونَ فَيَقُومُ عَنْقُ مِنَ النَّاسِ فَيَقَالُ لَهُمْ أَذْهَبُوا إِلَى الْجَنَّةِ بِغَيْرِ حِسَابٍ قَالَ فَتَلَقَّاهُمْ الْمَلَائِكَةُ فَيَقُولُونَ أَي شَيْءٍ كَانَتْ أَعْمَالُكُمْ	پایداری در راه هدف		

ردیف	گزاره‌ها	محتوای استنباط شده	مؤلفه‌ها	سازه
	فَيَقُولُونَ نَحْمُ أَجْرَ الْعَامِلِينَ» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۶۸، ص ۹۰)			
۲۳	امام صادق(ع): «الصَّبْرُ يُظَهِّرُ مَا فِي بَوَاطِنِ الْعِبَادِ مِنَ النُّورِ وَ الصَّفَاءِ» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۶۸، ص ۹۰)	صبر و پایداری مثل نور آشکار کننده صفای باطن	صفای باطن	
۲۴	امام صادق(ع): «الْبَلَاءُ زَيْنٌ لِلْمُؤْمِنِ وَ كِرَامَةٌ لِمَنْ عَقَلَ لِأَنَّ فِي مَبَاشَرَتِهِ الصَّبْرَ عَلَيْهِ وَ الثَّبَاتَ عِنْدَهُ تَصْحِيحُ نَسْبَةِ الْإِيمَانِ» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۶۴، ص ۲۳۱)	صبر موجب زیبایی اهل ایمان و گویای صداقت افراد		
۲۵	امام علی(ع): «صَيَانَةُ الْمَرْأَةِ أَنْعَمُ لِحَالِهَا وَ أَدْوَمُ لِجَمَالِهَا» (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ق، ص ۴۱۸)	خودکنترلی موجب دوام زیبایی		
۲۶	«وَ اصْبِرْ عَلَى مَا أَصَابَكَ إِنَّ ذَلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ» (لقمان، ۱۷)	صبر نشانه عزم راسخ و نیت استوار	قوت اراده	
۲۷	امام علی(ع): «وَ لَكِنَّ اللَّهَ سَبَّحَانَهُ جَعَلَ رَسُولَهُ أَوْلَى قُوَّةً فِي عَزَائِمِهِمْ وَ ضَعَفَهُ فِيمَا تَرَى الْأَعْيُنُ مِنْ حَالَاتِهِمْ مَعَ قَنَاعَةٍ تَمَلُّ الْقُلُوبَ وَ الْعْيُونَ غَنَى وَ خَصَاصَةٌ تَمَلُّ الْأَبْصَارَ وَ الْأَسْمَاعُ أَدَى» (سیدرضی، ۱۴۱۴ق، خطبه ۱۹۲، ص ۲۹۱)	اراده قوی و وسیله‌ای برای رسیدن به اهداف		
۲۸	امام علی(ع): «تَدَاوَى مِنْ دَاءِ الْفِتْرَةِ فِي قَلْبِكَ بِعَزِيمَةٍ» (لیثی واسطی، ۱۳۷۶، ص ۲۰۳)	عزم قوی درمان سستی و تزلزل		
۲۹	امام علی(ع): «مَنْ قَصَرَ فِي الْعَمَلِ ابْتَلِيَ بِالْهَمِّ» (سیدرضی، ۱۴۱۴ق، حکمت ۱۲۷، ص ۴۹۱)	رابطه مستقیم بین عمل و اندوه‌گین نبودن		
۳۰	امام باقر(ع): «لَا يَنْفَعُ مَعَ الشُّكِّ وَالْجُحُودِ عَمَلٌ» (کلینی، ۱۴۲۹ق، ج ۴، ص ۱۷۰)	بی‌فایده بودن کارها با وجود شک و انکار		
۳۱	امام علی(ع): «لَا تَجْتَمِعُ عَزِيمَةٌ وَوَكِيمَةٌ، مَا أَنْقَضَ النَّوْمُ لِعَزَائِمِ الْيَوْمِ، وَ أَمَحَى الظُّلْمَ لِنَذَاكِرِ الْهَمِّ!» (سیدرضی، ۱۴۱۴ق، خطبه ۲۴۱، ص ۳۵۸)	عدم سازگاری عزم قوی با خوش‌گذرانی و راحت‌طلبی		
۳۲	امام صادق(ع): «لِلصَّبْرِ مَسْكَنٌ» (منسوب به جعفر بن محمد، ۱۴۰۰ق، ص ۱۵۵)	عدم تزلزل و اضطراب	ثبات در سختی‌ها	
۳۳	امام صادق(ع): «اطْلُبِ السَّلَامَةَ ... وَ سَبِيلَ وُجُودِهَا فِي احْتِمَالِ جَفَاءِ الْخَلْقِ وَ أَدْيَتِهِمْ وَ الصَّبْرِ عِنْدَ الرِّزَايَا» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۷۲، ص ۴۰۰)	تحمل بالا و ایستادگی		
۳۴	امام صادق(ع): «وَ الصَّبْرُ مَا أَوَّلَهُ مَرٌّ وَ آخِرُهُ حُلُوقُ لِقَوْمٍ»	تسلیم نشدن در سختی‌ها		

ردیف	گزاره‌ها	محتوای استنباط شده	مؤلفه‌ها	سازه
	(نوری، ۱۴۰۸ق، ج ۲، ص ۴۲۸)			
۳۵	امام صادق(ع): «إِنَّ الْمُؤْمِنَ أَعَزُّ مِنَ الْجَبَلِ لِأَنَّ الْجَبَلَ يُسْتَقَلُّ مِنْهُ بِالْمَعَاوِلِ وَالْمُؤْمِنُ كَأَنَّ يُسْتَقَلُّ مِنْ دِينِهِ بِشَيْءٍ» (کلینی، ۱۴۲۹ق، ج ۹، ص ۵۰۳)	ایستادگی و مقاومت		
۳۶	«إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَابْشُرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنْتُمْ تُوعَدُونَ» (فصلت، ۳۰). «إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ» (احقاف، ۱۳)	استقامت و ورزی		
۳۷	امام باقر(ع): «مَنْ لَا يُعِدُّ الصَّبْرَ لِتَوَائِبِ الدَّهْرِ يَعْجِزُ» (حرعاملی، ۱۴۰۹ق، ج ۳، ص ۲۵۹)	نا توانی و ضعف افراد ناسازگار		
۳۸	«أَفَمَنْ شَرَحَ اللَّهُ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ فَهُوَ عَلَى نُورٍ مِنْ رَبِّهِ فَوَيْلٌ لِلْقَاسِيَةِ قُلُوبُهُمْ مِنْ ذِكْرِ اللَّهِ أُولَئِكَ فِي ضَلَالٍ مُبِينٍ» (زمر، ۲۲). «فَمَنْ يَرِدُ اللَّهُ أَنْ يَهْدِيَهُ يَشْرَحْ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ وَمَنْ يَرِدْ أَنْ يُضِلَّهُ يَجْعَلْ صَدْرَهُ ضَيِّقًا حَرَجًا كَأَنَّمَا يَصْعَدُ فِي السَّمَاءِ كَذَلِكَ يَجْعَلُ اللَّهُ الرِّجْسَ عَلَى الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ» (أنعام، ۱۲۵)	مؤمنان صاحب سینه گشاده و گوش شنوا	ظرفیت بالا	
۳۹	امام صادق(ع): «الْمُؤْمِنُ لَهُ قُوَّةٌ فِي دِينٍ ... وَصَبْرٌ فِي شِدَّةٍ، وَ فِي الْهَزْهِزِّ وَقُورٌ، وَ فِي الْمَكَارِهِ صَبُورٌ، وَ فِي الرَّخَاءِ شُكُورٌ، وَ لَا يَغْتَابُ وَ لَا يَتَكَبَّرُ» (کلینی، ۱۴۲۹ق، ج ۳، ص ۵۸۵)	مؤمنان دارای ظرفیت بالا و مورد لطف خداوند	برای سازگاری	
۴۰	امام علی(ع): «العمل العمل، ثم النهاية النهاية، والاستقامة الاستقامة، ثم الصبر الصبر، والورع، إن لكم نهاية فانتهاوا الى نهائكم» (سیدرضی، ۱۴۱۴ق، خطبه ۱۷۶)	جهاد و تلاش و استقامت موجب رسیدن به هدف		
۴۱	امام باقر(ع) می‌فرماید: «إِنَّمَا يَبْتَلِي الْمُؤْمِنَ فِي الدُّنْيَا عَلَى قَدْرِ دِينِهِ أَوْ قَالَ عَلَى حَسَبِ دِينِهِ» (حرعاملی، ۱۴۰۹ق، ج ۳، ص ۲۶۵)	بلا به اندازه توان فرد		
۴۲	امام علی(ع): «أقوى الناس من قوى على غضبه بحلمه» (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ق، ص ۲۰۴)	اهل حلم قوی‌ترین مردم		صلابت و نیرومندی
۴۳	«امام باقر(ع): «ثَلَاثٌ أُقْسِمُ أَنَّهُنَّ حَقٌّ مَا أَعْطَى رَجُلٌ شَيْئًا مِنْ مَالِهِ فَتَقَصَّ مِنْ مَالِهِ وَ لَا صَبْرَ عَنْ مَظْلَمَةٍ إِلَّا زَادَهُ اللَّهُ بِهَا عِزًّا وَ لَا فَتَحَ عَلَى نَفْسِهِ بَابَ مَسْأَلَةٍ إِلَّا فَتَحَ اللَّهُ عَلَيْهِ بَابَ فَقْرٍ» (نوری،	صبر بر دشواری‌ها موجب افزایش عزت		

ردیف	گزاره‌ها	محتوای استنباط شده	مؤلفه‌ها	سازه
	۱۴۰۸ق، ج ۷، ص ۲۲۲			
۴۴	امام علی(ع): «الْعِفَّةُ أَصْلُ الْقُوَّةِ» (لیثی واسطی، ۱۳۷۶، ص ۳۳)	رابطه مستقیم خویشنداری و جوانمردی		
۴۵	امام باقر(ع): «مَنْ صَبَرَ عَلَى مُصِيبَةٍ زَادَهُ اللَّهُ عِزًّا إِلَى عِزِّهِ وَ ادْخَلَهُ الْجَنَّةَ مَعَ مُحَمَّدٍ وَ أَهْلِ بَيْتِهِ» (حرعاملی، ۱۴۰۹ق، ج ۳، ص ۲۶۰)	صبر بر مصیبت موجب افزایش عزت		
۴۶	امام علی(ع): «الْعَفَافُ يَصُونُ النَّفْسَ وَ يَنْزِهُهَا عَنِ الدُّنْيَا» (لیثی واسطی، ۱۳۷۶، ص ۲۱)	کنترل هیجانات موجب حفظ جان		
۴۷	«قَالَ فَسَأَلْتُهُ عَنْ سُكُوتِ رَسُولِ اللَّهِ فَقَالَ كَانَ سُكُوتُهُ عَلَى أَرْبَعِ الْحِلْمِ وَالْحَدَرِ وَ التَّقْدِيرِ وَ التَّمَكُّرِ فَأَمَّا التَّقْدِيرُ فَفِي تَسْوِيَةِ النَّظَرِ وَ الِاسْتِمَاعِ بَيْنَ النَّاسِ وَ أَمَّا التَّمَكُّرُ فَفِيمَا بَقِيَ وَ بَقِيَ وَ جُمِعَ لَهُ الْحِلْمُ فِي الصَّبْرِ فَكَانَ لَا يُغْضِبُهُ شَيْءٌ وَ لَا يَسْتَفْزُهُ» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۱۶، ص ۱۵۳)	ایمان و کنترل هیجانات	کنترل هیجانی	
۴۸	امام صادق(ع): «عِزُّ الْمُؤْمِنِ فِي حِفْظِ لِسَانِهِ وَ مَنْ لَمْ يَمْلِكْ لِسَانَهُ نَدِمَ الْحَدِيثَ» (حرعاملی، ۱۴۰۹ق، ج ۱۶، ص ۲۰۸)	عزت در حفظ زبان و مهار هیجانات		
۴۹	پیامبر اکرم(ص) آیه: «أَقَمَنْ شَرَحَ اللَّهُ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ فَهُوَ عَلَى نُورٍ مِنْ رَبِّهِ» را تلاوت کرد و فرمود: «إِنَّ النُّورَ إِذَا وَقَعَ فِي الْقَلْبِ، انْفَتَحَ لَهُ وَ انْشَرَحَ» (قمی مشهدی، ۱۳۶۸، ج ۱۱، ص ۲۹۷)	شرح صدر و کنترل هیجانات		
۵۰	امیرالمؤمنین(ع): «أَلَّةُ الرَّأْسَةِ سَعَةُ الصَّدْرِ» (لیثی واسطی، ۱۳۷۶، ص ۱۸)	سعه صدر و بردباری، ابزار مدیریت		

آیات و روایات در خصوص تاب‌آوری متعدد است و از آنها می‌توان مؤلفه‌های مختلفی را به‌دست آورد. با توجه به برخی مستندات دینی، تاب‌آوری با وجود دین در برنامه زندگی افراد و پابندی و تعهد نسبت به مذهب به‌وجود می‌آید. براساس برخی دیگر از آیات و روایات، پذیرش، نگرش تکلیف‌مدارانه و جهت‌گیری هدف از لوازم ایجاد تاب‌آوری است. البته برخی روایات به ارتباط نزدیک بین این ویژگی و نیروهای درونی اشاره دارد.

برای اعتبارسنجی، مؤلفه‌های به‌دست آمده در اختیار کارشناسان (۱۰ نفر متخصص روانشناسی و علوم حوزوی) قرار گرفت؛ تا نظر خود را در ارتباط با دو شاخص متقن بودن و مفید بودن یافته‌ها در سه محور

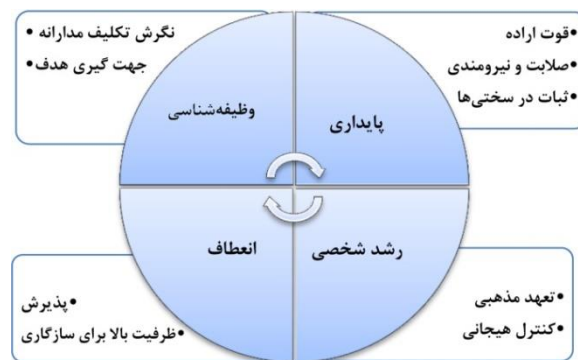
ابراز کنند. در محور اول، به صورت یک طیف لیکرت چهار درجه‌ای از «بسیار کم تا خیلی زیاد» از آنها خواسته شد تا میزان مطابقت هر مؤلفه با مستندات (CVI) را بیان کنند. در محور دوم، در قالب یک لیکرت چهار درجه‌ای از بسیار کم تا خیلی زیاد از آنها خواسته شد تا نظر خود را درباره میزان مطابقت هر مؤلفه با موضوع پژوهش (CVI) بیان کنند. در محور سوم، براساس یک طیف لیکرت سه‌درجه‌ای ضروری، مفید و غیرضروری، غیرضروری از متخصصان درخواست شد تا میزان ضرورت هر مؤلفه برای موضوع پژوهش (CVR) را بیان کنند.

براساس تحلیل نظر داوران در این بخش، همه مؤلفه‌ها به جز یک مؤلفه با اندکی تفاوت، نمره لازم برای اعتبارسنجی را به دست آوردند. نتایج مربوط به نمرات این بخش، در جدول شماره (۲) آمده است.

جدول ۲- نتایج اعتبارسنجی یافته‌ها

مؤلفه‌ها	CVI میزان مطابقت هر مؤلفه با مستندات	CVI میزان مطابقت هر مؤلفه با موضوع پژوهش	CVR میزان ضرورت هر مؤلفه برای موضوع پژوهش
تعهد مذهبی	۰/۷۰	۱	۱
پذیرش	۰/۹۰	۱	۱
نگرش تکلیف‌مدارانه	۰/۹۰	۰/۹۰	۰/۸۰
جهت‌گیری هدف	۰/۸۰	۰/۹۰	۰/۸۰
صفای باطن	۰/۷۰	۰/۷۰	۰/۲۰
قوت اراده	۱	۱	۱
ثبات در سختی‌ها	۰/۹۰	۱	۱
ظرفیت بالا برای سازگاری	۰/۹۰	۰/۹۰	۰/۶۲
صلابت و نیرومندی	۰/۹۰	۰/۹۰	۱
کنترل هیجانی	۰/۹۰	۰/۹۰	۱

پس از مشخص شدن مؤلفه‌های تاب‌آوری روان‌شناختی، مدل مفهومی آن براساس مؤلفه‌های به دست آمده در مرحله قبل و با توجه به تشابه کارکردی مؤلفه‌ها در چهار بعد وظیفه‌شناسی، پایداری، رشد شخصی و انعطاف، سازماندهی شد. دسته‌بندی مؤلفه‌ها براساس تشابه کارکردی و با به کارگیری اصل هم‌ریخت‌بینی کل‌نگر انجام شده است. هدف اصلی از این کار، مقوله‌بندی مؤلفه‌ها در سطح بالاتر و کشف ابعاد اصلی سازه تاب‌آوری روان‌شناختی در متون و منابع اسلامی بود. ابعاد چهارگانه تاب‌آوری روان‌شناختی و مؤلفه‌های مربوط به هر بُعد در شکل زیر نشان داده شده است.



شکل ۱- ابعاد تاب‌آوری روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن در آیات و روایات

### بحث و نتیجه‌گیری

بررسی‌های انجام شده در منابع اسلامی نشان داد که تاب‌آوری مورد اهتمام دین قرار گرفته و در آیات و روایات، با واژه‌های گوناگونی به نقش آن در زندگی فردی و اجتماعی پرداخته است. در این پژوهش، گزاره‌ها و واژه‌های مرتبط با تاب‌آوری روان‌شناختی در منابع اسلامی گردآوری شد و سرانجام نه مؤلفه تعهد مذهبی، کنترل هیجانی، پذیرش، ظرفیت بالا برای سازگاری، جهت‌گیری هدف، نگرش تکلیف‌مدارانه، قوت اراده، ثبات در سختی‌ها، صلابت و نیرومندی به دست آمد؛ که هر کدام به نحوی به وقوع رفتار مناسب کمک می‌کنند. سپس مؤلفه‌ها با استفاده از اصل هم‌ریخت‌بینی کل‌نگر در چهار بُعد وظيفه‌شناسی، پایداری، رشد شخصی و انعطاف، مقوله‌بندی شد. با توجه به یافته‌های این پژوهش، شاید بتوان تاب‌آوری را به وظيفه‌شناسی و پایداری فرد همراه با انعطاف و رشد شخصی در زندگی تعریف کرد. براساس یافته‌های این پژوهش، افرادی که تاب‌آوری در آنان نیرومند است، تکلیف‌مدارند و با توجه به وظایفی که برایشان تعریف شده است، عملکرد مناسبی دارند. از سویی، لازمه تکلیف‌مداری توجه به هدف و انجام رفتار براساس آن است. تحقیقات نیز مؤید این یافته بوده و نشان داده است که روابط بین فردی به شدت از میزان تاب‌آوری فرد اثر می‌پذیرد (بونانو، ۲۰۰۴، ص ۶). به بیان دیگر، افراد تاب‌آور وظيفه‌شناس هستند و در تعامل با دیگران، عملکرد مثبتی دارند. بعد دیگر، پایداری است که شامل مؤلفه‌های قوت اراده، ثبات در سختی‌ها و صلابت و نیرومندی است. بر این اساس، افراد مصمم، قوی و با اراده، در برابر مشکلات، ضربه‌ها و مصیبت‌ها تاب می‌آورند و تسلیم نمی‌شوند (نیومن، ۲۰۰۵). این افراد، شرایط زمانی و مکانی را درک می‌کنند و در موقعیت‌های سخت و غیردلخواه، سازگاری دارند و خود را با آن فضا وفق می‌دهند. این

پذیرش و ظرفیت بالای سازگاری، بیانگر انعطاف این افراد است؛ چنانکه برخی روانشناسان نیز به انطباق مثبت با تجربه‌های تلخ و ناگوار اشاره کرده‌اند (لاتار و سیجنتی، ۲۰۰۰؛ مستن، ۲۰۰۱). افراد با تاب‌آوری بالا، افراد رشد یافته هستند و در برابر مشکلات نمی‌شکنند. این افراد بر اثر ارتباط با خداوند و تعهد مذهبی و در پی آن، کنترل هیجانی به رشد شخصی دست یافته‌اند.

یافته‌های این پژوهش با آیات مختلف قرآن همسو است. خداوند در سوره آل عمران اشاره می‌فرماید که راه‌هایی که انسان را از رنج‌ها به آرامش و سلامت روانی می‌رساند و تحمل او را افزایش می‌دهد، ایمان به خداوند است که ناراحتی‌ها و تشویش را از قلب انسان می‌زداید و از هجوم هیجان و اضطراب به دل او جلوگیری می‌کند: «اگر ایمان داشته باشید، نباید ترس و اندوه به خود راه دهید؛ زیرا با همین سرمایه ایمان بر دیگران برتری دارید» (آل عمران، ۱۳۹). همچنین، در سوره فتح فرموده است: «خداوند است که به دل‌های مؤمنان آرامش می‌بخشد» (فتح، ۳۰). و در جای دیگر می‌فرماید: «با یاد خداوند دل‌های پریشان، آرام می‌شود» (رعد، ۲۸). در سوره یونس نیز آرامش را از آن کسانی می‌داند که قلبی سرشار از ایمان داشته باشند: «آگاه باش که ترس و اندوهی برای دوستان خدا نیست» (یونس، ۶۲). بدین ترتیب، افرادی که به خداوند ایمان راستین دارند، از آرامش برخوردارند و دچار آشفتگی و سردرگمی در زندگی نمی‌شوند. این افراد در سایه اعتقاد به مبدأ و معاد و سایر باورهای مذهبی، افرادی رشد یافته‌اند و از وسعت وجودی برخوردارند. این ویژگی درونی بیانگر رشد شخصی فرد است که موجب پایداری بیشتر او در سختی‌ها می‌شود. داشتن نیروی تحمل مشکلات و دشواری‌ها، مانع از ابتلاء انسان به برخی از بیماری‌های روانی است؛ چراکه نیروی ایمان و تقوا قدرت تحمل فرد را افزایش می‌دهد. پس، تعهد مذهبی و لوازم آن، مانند کنترل هیجانی، از مؤلفه‌های تاب‌آوری به‌شمار می‌آیند. همچنین، یافته‌های این پژوهش با پژوهش‌های دیگر همسو است. مؤلفه تعهد مذهبی با پژوهش احمدی و همکاران (۱۳۹۱)، چمی و همکاران (۱۳۹۸) و میرزایی و باقری زنجانی اصل منفرد (۱۳۹۹) همسو است. در برخی آثار به نشانه‌های تاب‌آوری اشاره شده است. نراقی در تبیین حلم به کنترل هیجان‌ات اشاره کرده است (نراقی، ۱۳۷۶، ص ۲۴۳). برخی دیگر از عالمان اخلاق در تبیین صبر، به ثبات (غزالی، بی تا، ج ۱۲، ص ۳۶؛ فیض کاشانی، ۱۳۷۶، ج ۷، ص ۱۱۰) اشاره کرده‌اند. فیض کاشانی، به ارتباط بین تحمل سختی‌ها و ویژگی‌های برجسته درونی اشاره کرده است (فیض کاشانی، ۱۳۷۲، ص ۲۸۴). ارسطو نیز به رابطه بین صلابت و نیرومندی با تحمل سختی‌ها اشاره کرده و فردی که با مهربانی به استقبال ناملازمات بزرگ زندگی می‌رود را می‌ستاید (ارسطو، ۱۳۴۳ق، ج ۱، ص ۲۱۱). نراقی در تبیین وقار، طمأنینه و حلم، به اطمینان نفس اشاره دارد که با ظرفیت بالا و صلابت مرتبط است (نراقی، ۱۳۷۶، ص ۲۳۱).

۲۴۲). براین اساس، می‌توان دریافت که تاب‌آوری کنشی است که فرد در پی شایستگی‌های درونی و تحت تأثیر تربیت کسب می‌کند. نتایج به‌دست آمده از این پژوهش، زمینه مناسبی برای طراحی پرسشنامه و مداخله درمانی این سازه فراهم می‌کند. در پایان، پیشنهاد می‌شود همبستگی این سازه با سایر متغیرهای مرتبط در حوزه روان‌شناختی بررسی شود. همچنین، مؤلفه‌های این مفهوم براساس دیگر روش‌های کیفی در بافت فرهنگ بومی استخراج شود؛ تا در راستای آن، مداخلات درمانی تدوین شود و فرآیند درمان براساس آن صورت گیرد.

\*\*\*

### منابع

- ۱) قرآن کریم.
- ۲) رضی، محمد (۱۴۱۴ق). *نهج البلاغه (للصبحی صالح)*. قم: هجرت.
- ۳) ابن فارس، احمد (۱۴۰۴ق). *معجم مقاییس اللغة*. قم: مکتب الاعلام الاسلامی، ج ۴.
- ۴) احمدی، خدابخش؛ شیخ، مهدی؛ سرابندی، حسن (۱۳۹۱). نقش دلبستگی به خدا در تاب‌آوری و سلامت روان والدین کودکان عقب‌مانده ذهنی آموزش‌پذیر. *پژوهش در سلامت روان‌شناختی*، ۶(۱)، ص ۱-۹.
- ۵) ارسطو. (۱۳۴۳ق). *علم الأخلاق إلى نیقوماخوس*. ترجمه: ب. سانت هلیر. بیروت: دار صادر، ج ۱.
- ۶) ازهری، محمد (۱۴۲۱ق). *تهذیب اللغة*. بیروت: دار احیاء التراث العربی، ج ۱.
- ۷) پوراسماعیل، احسان؛ خوش، حانیه (۱۳۹۸). مفهوم عزت نفس در مقایسه میان دیدگاه اسلام و دیدگاه روان‌شناسان بالینی. *دانشنامه علوم قرآن و حدیث*، شماره ۱۱، ص ۲۹-۵۴.
- ۸) تمیمی آمدی، عبدالواحد (۱۴۱۰ق). *غرر الحکم و درر الکلم*. قم: دار الکتب الاسلامی، چاپ دوم.
- ۹) جعفر بن محمد. امام ششم (۱۴۰۰ق). *مصباح الشریعة*. بیروت: اعلمی چاپ.
- ۱۰) چمی، محبوبه؛ زارع بهرام‌آبادی، مهدی؛ اصغرنژاد، علی‌اصغر؛ شیرودی، شهره (۱۳۹۸). تدوین و اعتباریابی الگوی تاب‌آوری خانواده مبتنی بر آموزه‌های قرآنی. *قرآن و طب*، ۴(۵)، ص ۱۲۴-۱۳۵.
- ۱۱) حرّعاملی، محمد (۱۴۰۹ق). *وسائل الشیعه*. قم: مؤسسه آل‌البیت، ج ۱۵، ص ۳.
- ۱۲) حسینی قمی، طاهره؛ سلیمی بجزستانی، حسین (۱۳۹۰). رابطه بین جهت‌گیری مذهبی و تاب‌آوری در بین مادران دارای فرزندان مبتلا به بیماری. *روانشناسی و دین*، ۴(۱۵).
- ۱۳) دلشاد تهرانی، مصطفی (۱۳۸۳). *سیره نبوی منطق عملی*. تهران: دریا، ج ۳، چاپ دوم.
- ۱۴) راغب اصفهانی، حسین (۱۴۱۲ق). *مفردات ألفاظ القرآن*. بیروت: دار القلم.

- ۱۵) شجاعی، محمدصادق (۱۳۹۹). روش تحلیل کیفی محتوای متون دینی: مبانی نظری و مراحل اجرا. *مطالعات اسلام و روان‌شناسی*، ۱۴(۲۷)، ص ۴۱-۷۳.
- ۱۶) صالحی حاجی آبادی، علی؛ هادی، اصغر (۱۳۹۷). معناشناسی صبر در قرآن. *پژوهش‌های قرآنی*، شماره ۸۶، ص ۱۵۰-۱۷۳.
- ۱۷) غزالی، محمد (بی‌تا). *احیاء علوم‌الدین*. تحقیق عبد الرحیم بن حسین حافظ عراقی. دار الکتب العربی، ج ۱۲.
- ۱۸) فراهیدی، خلیل (۱۴۰۹ق)، *العین*. قم: هجرت، چاپ دوم، ج ۷.
- ۱۹) فیض کاشانی، محمد (۱۳۷۲). *راه روشن (ترجمه المحجّه البيضاء)*. مشهد: مؤسسه چاپ و انتشارات آستان قدس رضوی.
- ۲۰) فیض کاشانی، محمد (۱۳۷۶). *المحجّه البيضاء فی تهذیب الاحیاء*. قم: جماعه المدرسین فی الحوزة العلمیة، ج ۷، چاپ چهارم.
- ۲۱) قمی مشهدی، محمد (۱۳۶۸). *تفسیر کنز الدقائق و بحر الغرائب*. تهران: وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، ج ۱۱.
- ۲۲) کلینی، محمد (۱۴۲۹ق). *کافی (ط- دار الحدیث)*. قم: دارالحدیث، ج ۳-۴، ۹.
- ۲۳) لثی واسطی، علی (۱۳۷۶). *عیون الحکم و المواعظ (للثی)*. قم: دارالحدیث.
- ۲۴) مجلسی، محمدباقر (۱۴۰۳ق). *بحار الأنوار (ط- بیروت)*. بیروت: دار احیاء التراث العربی، ج ۶۸، ۷۵، ۱، ۷۲، ۱۶، چاپ دوم.
- ۲۵) مردانی، فیروز؛ شریفی اصفهانی، محمود (۱۳۸۹). بررسی تطبیقی مفهوم عزت نفس از دیدگاه مولانا و روان‌شناسان انسان‌گرا. *پژوهشنامه تربیتی*، شماره ۲۲، ص ۱۲۵-۱۶۰.
- ۲۶) میرزایی، رضا؛ باقری زنجانی اصل منفرد، لیلا (۱۳۹۹). تاب‌آوری از دیدگاه روان‌شناسی جدید و نقش ایمان به آموزه‌های دینی در آن. *مطالعات اسلامی در حوزه سلامت*، ۴(۲)، ص ۳۷-۴۶.
- ۲۷) نراقی، احمد (۱۳۷۶). *معراج السعاده*. قم: هجرت، چاپ چهارم.
- ۲۸) نوری، حسین (۱۴۰۸ق). *مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل*. قم: مؤسسه آل‌البیت، ج ۲، ۷.
- 29) Agaibi C.E. & Wilson, J.P. (2005). Trauma, PTSD, and Resilience. A review of the literature. *Trauma, Violence & Abuse*, 6(3), p. 195-216.
- 30) Bonanno, A.G. (2004). Loss, trauma, and human resilience. *American Psychologist*, no. 59, p. 20- 28.
- 31) Connor, K.M. & Zhang, W. (2006). Recent advances in the understanding and treatment of anxiety disorders. Resilience. *Journal of Clinical Psychiatry*, 67(2), p. 46-9.
- 32) Glaser, B.G. & Strauss, A.L. (1967). *The discovery of grounded theory: strategies for qualitative theory*. New Brunswick: Aldine Transaction.
- 33) Gomez, R. & McLaren, S. (2006). The association of avoidance coping style, and perceived mother and father support with anxiety/depression among late

- adolescents: applicability of resiliency models. *Personality and Individual Differences*, no. 40, p. 1165-1176.
- 34) Kirkpatrick, L.A. (1994). The role of attachment in religious belief and behavior. *Advances in personal relationship*, no. 5, p. 239-256.
- 35) Lawshe, C.H. (1975). A quantitative approach to content validity. *Personnel psychology*, 28(4).
- 36) Luthar, S.S. & Cicchetti, D. (2000). The construct of resilience: implications for interventions and social policies. *Development and Psychopathology*, no.12, p. 857-885.
- 37) Luthar, S.S., Lyman, E.L. & Crossman, E.J. (2014). *Resilience and positive psychology*. Handbook of developmental psychopathology, p. 125-140.
- 38) Masten, A. (2001). Ordinary magic: resilience processes in development. *American Psychologist*, no. 56, p. 227-238.
- 39) Mikulincer, M., Shaver, P.R. & Horesh, N. (2007). Attachment bases of emotional regulation and posttraumatic adjustment. Draft (8/4/04) of a chapter for DK. Synder JA. Simpson, J.N. problems and parenting stress over time. *Journal of Intellectual Disability Research*, no. 47, p. 217-230.
- 40) Newman, R. (2005). Resilience initiative. Professional psychology. *Research and practice*, vol. 36, p. 227-229.
- 41) Polit, D.F. & Beck, C.T. (2006). The content validity index: Are you sure you know what's being reported? Critique and recommendations. *Research in Nursing & Health*, no. 29, p. 489-497.
- 42) Prinzing, M.M., Zhou, J., West, T. N., Le Nguyen, K. D., Wells, J. L. & Fredrickson, B. L. (2022). Staying 'in sync' with others during COVID-19: Perceived positivity resonance mediates cross-sectional and longitudinal links between trait resilience and mental health. *The Journal of Positive Psychology*, 17(3), p. 440-455.
- 43) Wilson, J.P. & Drozdek, B. (2004). *Broken spirits: The treatment of traumatized asylum seekers, refugees and war and torture victims*. In: C.E. Agaibi & J.P. Wilson. Trauma, PTSD, and Resilience: A review of the literature. *Trauma, Violence & Abuse*, 6(3), p. 195-216.